

Nordrhein-westfälisches Labskaus



Björn Freitag präsentiert seine nordrhein-westfälische Variante des nordischen Kartoffelgerichts. Statt Rollmops verwendet er saftiges Roastbeef. Für noch mehr Farbe sorgt eine blaue Kartoffelsorte, eine gelbe oder weiße geht aber auch.

Rezept von Björn Freitag

Zutaten für 4 Portionen:

- 600 g blaue Kartoffeln, mehligkochend (etwa 6 - 8 Knollen)
- 250 g Roastbeef, vorgegart
- 2 rote Zwiebeln
- Rapsöl
- 3 Scheiben Pumpernickel
- 500 g vakuumierte gegarte Rote Bete
- 300 ml Gurkenwasser (Sud der Gewürzgurken, siehe unten)
- Salz
- Pfeffer
- 4 Gewürzgurken
- 4 Eier
- Meersalz

Zubereitung:

- Den Ofen auf 200° C Ober-Unterhitze vorheizen.
- Kartoffeln je nach Größe für ca. 20 - 25 Minuten garkochen. Tipp: Blaue Kartoffeln erst nach dem Kochen schälen, damit die Farbe erhalten bleibt.

- Das Roastbeef in grobe Würfel schneiden und durch einen Fleischwolf geben. Wer keinen Fleischwolf besitzt, kann das Fleisch bereits gewolft beim Metzger kaufen.
- Zwiebeln schälen, grob würfeln und in einem Schuss Rapsöl in einer tiefen Pfanne anschwitzen.
- Pumpernickel mit der Hand zerbröseln und in eine ofenfeste Pfanne geben. Die Pfanne in den vorgeheizten Backofen geben und den Pumpernickel im Ofen knusprig braun rösten.
- Die Rote Bete grob würfeln und in eine Schüssel geben.
- Prüfen, ob die Kartoffeln gar sind. Dafür ein spitzes Messer bis in die Mitte einer Kartoffel stechen und anheben. Fällt die Kartoffel vom Messer, ist sie gar.
- Nun das Wasser abgießen und die Kartoffeln mit kaltem Wasser abschrecken. Dann pellen und grob würfeln.
- Zwiebeln mit Gurkenwasser ablöschen und kurz aufkochen lassen. Dann die Hitze verringern und salzen und pfeffern.
- Rote Bete und Kartoffeln zu den Zwiebeln in die Pfanne geben und zu einer Masse stampfen. Dabei darauf achten, dass die Masse nicht kocht, sondern nur leicht erwärmt wird.
- Saure Gurken in Längsstreifen schneiden.
- Die Eier in etwas Butter als Spiegeleier anbraten.
- Zum Anrichten zuerst die Labskaus-Masse auf den Teller geben und mit dem gerösteten Pumpernickel garnieren. Dann die Gurkenstreifen darüberlegen. Zum Schluss das Ei über die Gurke geben und mit etwas Meersalz würzen.

Reibekuchen



Rezept von Björn Freitag

Zutaten für 2 - 3 Reibekuchen:

- 4 - 5 Kartoffeln, vorwiegend festkochend
- 1/2 Gemüsezwiebel
- 3 EL Butterschmalz
- 1 Prise Salz

Zubereitung:

- Kartoffeln und Zwiebel schälen und mit der feinen Seite der Reibe in ein sauberes Geschirrtuch reiben.
- Das Geschirrtuch mit den geriebenen Kartoffeln über einer Schüssel auspressen, um die austretende Flüssigkeit aufzufangen. Für 5 Minuten beiseitestellen, sodass sich die enthaltene Stärke am Schüsselboden sammeln kann.
- Kartoffel-Zwiebel-Masse in eine separate Schüssel geben und salzen.
- Wenn sich die Stärke am Boden der anderen Schüssel abgesetzt hat, die Flüssigkeit abgießen. Die Stärke nun zur Kartoffelmasse geben und untermischen.
- Butterschmalz in eine Pfanne geben und bei mittlerer bis hoher Wärmezufuhr flüssig werden lassen. Tipp: Das Fett hat die richtige Temperatur erreicht, wenn man den Stiel eines Holzlöffels hineinhält und sich daran Bläschen bilden.
- Reibekuchenteig portionsweise in die heiße Pfanne geben und mit dem Pfannenwender flachdrücken. Für jeweils 4 Minuten pro Seite anbraten.
- Die goldbraunen Reibekuchen aus der Pfanne nehmen und kurz auf einem Stück Küchenpapier abtropfen lassen. Warm servieren. Dazu passt Apfelmus.

Rheinischer Döppekooche



Früher nur zu St. Martin, heute ganzjährig ein Genuss: der deftige Döppekooche. Foodbloggerin Christina Becher ergänzt den herzhaften rheinischen Kartoffelklassiker mit einem fruchtigen Kompott.

Rezept von Christina Becher

Zutaten für 4 - 6 Personen

Für den Döppekooche:

- 2 kg Kartoffeln, vorwiegend festkochend
- 2 Zwiebeln
- 2 Eier
- 4 EL Haferflocken
- 150 g Dinkelmehl
- 200 g Speck
- 3 Mettwurstchen (ca. 300 g)
- 2 TL Salz
- Pfeffer
- Muskat

Für das Kompott:

- 2 Birnen
- 2 rote Äpfel
- 1/2 Zitrone

Zubereitung:

- Den Ofen auf 200° ,☼ Ober-Unterhitze vorheizen.
- Kartoffeln und Zwiebeln schälen und mit einer Küchenmaschine oder einer Küchenreibe grob reiben und in eine Schüssel geben. Hat sich nach dem Reiben Flüssigkeit in der Schüssel gebildet, diese abgießen.
- Eier, Haferflocken und die Hälfte des Mehls hinzugeben und kräftig würzen. Dann die Masse mit den Fingern gut durchkneten. Je nach Bedarf weiteres Mehl hinzugeben, um die Kartoffelmasse zu binden.
- Die Schwarte vom Speck entfernen und den Speck fein würfeln. Speckwürfel zu der Kartoffelmasse geben und untermischen.
- Mettwürste in fingerdicke Scheiben schneiden.
- Die Masse in eine Auflaufform verteilen. Mettwürstchen auf der Kartoffelmasse verteilen und hineindrücken.
- Den Döppekooche im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene für etwa 1,5 Stunden backen. Die Backzeit kann je nach Größe der Auflaufform variieren.
- Für das Kompott die Birnen schälen, Strunk und Gehäuse entfernen und das Fruchtfleisch würfeln.
- Die Äpfel waschen, das Gehäuse entfernen und ebenfalls klein würfeln. Tipp: Die Äpfel nicht schälen, so erhält das Kompott eine schöne kräftige Farbe.
- Birnen und Äpfel in eine tiefe Pfanne geben und einen Schuss Wasser zugeben, damit das Obst nicht anbrennt. Den Saft einer halben Zitrone zufügen und das Kompott auf mittlerer Hitze mit leicht geöffnetem Deckel für 15 Minuten köcheln lassen. Eine Prise Salz verstärkt den süßen Geschmack.
- Nach der Backzeit den Döppekooche aus dem Backofen nehmen. Es soll sich eine knusprig braune Kruste gebildet haben.
- Den Döppekooche in Stücke schneiden und mit dem Kompott anrichten.